



## Subida ao Pico – 2 Setembro 2017

SINDICATO DOS  
TRABALHADORES  
DOS IMPOSTOS

DIREÇÃO REGIONAL DOS AÇORES

**Objetivo: Levar a bandeira do STI ao ponto mais alto de Portugal**

### Material necessário:

- 👉 Calçado confortável (botas de montanhismo ou ténis de sola dura);
- 👉 Roupa confortável, leve e em várias camadas, para ir vestindo ou tirando consoante as variações de altitude e temperatura;
- 👉 Chapéu, boné ou gorro;
- 👉 Casaco impermeável (obrigatório);
- 👉 Protetor solar;
- 👉 Mochila confortável (mínimo 20 litros);
- 👉 Bastões ou bordões (facultativo).

### Reforço alimentar:

- 💧 Água (mínimo 1,5l), (não existem pontos de abastecimento durante o percurso);
- 🍲 Alimentação rica em hidratos de carbono e açúcares, por exemplo
  - 4 a 6 barras energéticas;
  - 1 ou 2 chocolates (negro de preferência);
  - 2 ou 3 peças de fruta (por exemplo, banana, maçã, laranja);
  - 3 a 4 sandes (aconselho a fazer pelo menos uma ou duas com marmelada ou um doce mais energético);
  - 1 pacote de bolachas (com chocolate ou outro composto energético, por exemplo, frutos secos);
  - Frutos secos;
  - 1 ou 2 sumos de fruta de 0,33l;
  - Termo com chá frio ou quente.

### A não esquecer:

- 👜 Um saco para trazer o seu lixo (na montanha apenas ficam as nossas pegadas).
- 📷 Câmara fotográfica.

### Recomendações:

- 💧 A montanha do Pico não tem água potável, pelo que deverão levar pelo menos 1,5l de água ou outra bebida.
- ❄️ Apesar da atividade se realizar no verão, no cimo do Pico a temperatura é geralmente mais baixa que no sopé, além de que poderão registar-se ventos ou nevoeiro, por isso, não esquecer de levar um impermeável.
- ⚙️ A mochila é indispensável para transportar a bebida e a comida (necessárias devido à duração da atividade – pelo menos 8 horas), bem como servirá para guardar a roupa suplente ou que não estejam a usar se se registarem temperaturas altas.
- 👉 O percurso apresenta algum grau de dificuldade técnico mas nada que não esteja ao alcance de qualquer caminheiro com experiência em trilhos difíceis, com subidas inclinadas, pedra solta, rocha e terra. Recomenda-se que possuam alguma preparação física. No mês anterior, sempre que puderem façam algumas caminhadas para habituar as pernas ao esforço, para que possam desfrutar de toda a paisagem e explorar os recantos que a montanha do Pico oferece.

## Descrição da atividade:

- **Data:** 2 de Setembro – Sábado;
- **Local:** Ilha do Pico, Açores;
- **Tipo de percurso:** montanha/escalada não técnica;
- **Altitude Máxima:** 2.351 m;
- **Altitude Mínima:** 1.230 m;
- **Extensão:** cerca de 7.600 m;
- **Dificuldade:** grau médio/elevado;
- **Local de concentração para a subida:** junto à Casa da Montanha;
- **Como chegar:** partindo da igreja da Madalena e seguindo para sudoeste em direção ao edifício dos Correios (CTT), percorra cerca de 1 km até chegar a um cruzamento, no qual deve virar à esquerda seguindo a sinalética indicando "Montanha". Siga nessa estrada por cerca de 12 km e encontrará, à direita, uma estrada secundária pela qual deve seguir, sem fazer nenhum desvio por cerca de 5 km até encontrar à direita um edifício em pedra, a Casa da Montanha;
- **Coordenadas GPS:** 38°28'13,89" N | 28°28'35,33" O
- **Tempo estimado do percurso:** quer a subida quer a descida demoram aproximadamente 3/4 horas;
- Paragem na cratera da montanha, para comer e descansar ou subir ao Piquinho;
- **Localização e percurso:**



A Montanha do Pico insere-se na Paisagem Vulcânica da ilha do Pico, sendo um vulcão muito recente (aproximadamente 750 mil anos de idade), entrando em atividade pela última vez no século XVIII.

Em 1982 foi-lhe atribuído o estatuto de Reserva Natural da Montanha do Pico e, em 2010, eleita uma das 7 Maravilhas Naturais de Portugal.

Embora não sendo uma escalada técnica, a subida à Montanha do Pico é de grau de dificuldade médio / elevado. O trilho tem uma extensão total de cerca de 7.600m (3.800m desde a base até ao cume) e um desnível de 1.100m, iniciando-se na Casa da Montanha, a 1.230m de altitude, onde todos os caminhantes fazem o registo de subida, atingindo o cume aos 2.351m de altitude e terminando com o regresso à Casa da Montanha.



Durante esta caminhada poderá observar a Furna-Abrigo, uma cavidade vulcânica composta por um algar com cerca de 40m de profundidade e uma galeria que servia de abrigo aos caminhantes que se aventuravam na montanha.



À medida que os caminhantes progredem na subida a vegetação começa a apresentar-se mais escassa, dispersa e de dimensões mais reduzidas, sendo que apenas algumas espécies conseguem sobreviver à dureza do clima no topo da Montanha.



O terreno é de tipo variado ao longo da subida com terra, rocha, gravilha e lama. Embora haja vegetação rasteira na montanha, esta nunca se encontra no trilho pelo que sempre que estiver a pisar vegetação é porque já não se encontra no trilho.



Aos 2.050m de altitude podemos encontrar uma cratera fóssil com cerca de 700m de perímetro e 30m de profundidade e, no cume, uma cratera-poço, o cone lávico do piquinho e uma fissura eruptiva.

A subida ao Piquinho, pequeno cume de 70m que existe no centro da cratera do vulcão é feita em terreno muito inclinado e tão acidentado que em certos pontos o mais seguro é usar mãos e pés.



Tudo isto é complementado com uma paisagem de cortar a respiração, onde podem ser observadas todas as ilhas do grupo central, se as condições meteorológicas forem propícias.

A descida, tal como a subida, tem uma duração média de 3 a 4 horas, sendo mais exigente do que a subida para os músculos e articulações, tanto dos joelhos como dos pés.



### O guia:

**Renato Goulart**, de 44 anos, já subiu mais de duas mil vezes a Montanha do Pico. Iniciou-se como guia das subidas ao Pico em 1994. Aos 7 anos Renato Goulart subiu ao Pico pela primeira vez, passou lá a noite e apanhou tanto frio que jurou para nunca mais, mas aos 14 anos voltou a tentar e desde então já lá vão mais de 2.030 subidas e de 17.000 Kms na montanha mais alta de Portugal.

Hoje é a sua paixão e chega a subir três vezes por dia ao Pico. Se normalmente a subida à montanha de 2.351 metros leva entre três a quatro horas e outras tantas para a descida, o guia consegue subir em 55 minutos e descer em 27 minutos.

A 3 de junho deste ano, Renato Goulart aproveitou a vinda do Presidente da República, Marcelo Rebelo de Sousa, à ilha do Pico, no âmbito da sua visita oficial aos Açores, para lhe pedir que assinasse uma das botas que usou nas subidas ao Pico. Renato ainda desafiou o Presidente da República a subir o Pico - levaria umas três horas e o tempo até estava bom para o fazer. Marcelo pareceu mostrar algum interesse - causando algum receio entre quem o rodeava - mas acabou por seguir o programa traçado.

António Guterres, em 1995, alcançou a pé o cimo do Piquinho e Durão Barroso também subiu o Pico a pé, em 2001, "e até estava mau tempo". Mário Soares também lá foi, em 1989, mas de helicóptero.



### Regulamento de acesso à Reserva Natural da Montanha do Pico:

(publicado na portaria n.º 29/2016, de 22 de março, e que entrou em vigor a 1 de maio de 2016)

Estabelece as regras para todos aqueles que pretendem alcançar o ponto mais alto de Portugal.

*A subida tem início na Casa da Montanha, ponto de paragem obrigatório situado a cerca de 1.200 metros de altitude, sendo neste local disponibilizado informação sobre a geologia, biologia, história e clima da montanha do Pico, quer em painéis informativos, quer em formato de vídeo que pode ser visualizado no auditório.*

*Adicionalmente, é na Casa da Montanha que é efetuado o registo e controlo das subidas.*

*Existem três variantes na escalada da montanha do Pico, cada uma apresentando diferentes taxas:*

- **Subida à Furna-Abrigo** - percurso mais pequeno, adequado aos visitantes que não pretendam ou não tenham condições de subir até ao cimo, possibilitando assim uma experiência na montanha;
- **Subida à cratera da montanha** - escalada acompanhada de um guia credenciado;
- **Subida ao Piquinho** - implica subida à cratera, bem como apresenta a dificuldade mais elevada.

*Aos visitantes será fornecido equipamento de rastreio e prestada informação sobre o regulamento, as condições e duração média do percurso, as regras de comportamento e de segurança, a previsão meteorológica, e os termos e condições das operações de resgate. O acesso à montanha é interdito a todos os visitantes que não possuam o equipamento adequado para efetuar o percurso.*

*Adicionalmente, é vedado o acesso a visitantes que se façam acompanhar de crianças de colo, a visitantes que apresentem anomalia psíquica, sintomas de embriaguez ou de estarem sob o efeito de substâncias psicotrópicas.*

*Os visitantes com idade inferior a 16 anos devem ser acompanhados por titular do poder paternal ou de indivíduo maior de idade, devidamente autorizado por declaração escrita daquele.*

*Caso seja acionada uma operação de resgate, o custo da mesma poderá ser imputado ou ao visitante que efetue a escalada de forma autónoma ou ao guia credenciado, caso haja incumprimento do regulamento, incluindo o desrespeito pelas normas de segurança aplicáveis ao montanhismo e pelas normas de conduta na montanha do Pico, ou caso o resgate tenha sido solicitado sem justificação.*

Aguardamos as vossas inscrições!

Saudações Sindicais

A Organização